



023 ÍNDICE DE CALIDAD DE LOS CARBOHIDRATOS Y SU RELACIÓN CON LA CALIDAD Y LA DIVERSIDAD DE LA DIETA: RESULTADOS DEL ELANS-COSTA RICA

Dr. Marco Segura Buján¹, **PhD Georgina Gómez Salas**², PhD Anne Chinnock¹, PhD Elvira Salas Hidalgo²

¹Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica, ²Escuela de Medicina, Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.

Antecedentes y Objetivo: La evidencia ha demostrado que el consumo de alimentos con un elevado índice glicémico y de carbohidratos refinados muestran asociaciones negativas con una mayor incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT). Mientras que por el contrario, los carbohidratos de grano entero y con elevado contenido de fibra dietética, presentan una asociación inversamente proporcional con el desarrollo de ECNT. Por ello, el objetivo de este estudio fue analizar el índice de calidad de los carbohidratos (ICC) y su relación con el índice de calidad (ICD) y diversidad de la dieta (IDD) y las medidas antropométricas en la población urbana costarricense. Métodos: ELANS es un estudio multietápico, estratificado por áreas geográficas, con una muestra representativa de 798 personas entre los 15 y 65 años, que residen en zonas urbanas de Costa Rica. Se tomaron datos antropométricos del índice de masa corporal (IMC) y circunferencia de cintura (CC). Mediante dos recordatorios de 24 horas se tomaron los datos del consumo de alimentos, con el cual se obtuvo el ICC: fibra dietética (g/d), índice glicémico, relación carbohidratos líquidos/sólidos y relación granos refinados/enteros. Para el cálculo del ICD e IDD se utilizó la metodología propuesta por la FAO. Resultados: el ICC fue mayor en los hombres. Al evaluar el ICC por el categoría de IMC con una correlación de Pearson ajustada por sexo y edad se encontró una asociación leve pero negativa entre el ICC y el IMC ($r=-0,110$, $p<0,001$) y la CC ($r=-0,08$, $p<0,001$). Los sujetos con un mayor ICC presentaron una mayor ingesta de energía, macronutrientes y micronutrientes ($p<0,001$). Asimismo, estos sujetos presentaron mayor consumo de frutas, vegetales y leguminosas, y un menor consumo de bebidas azucaradas ($p<0,001$). Además, los participantes con un mayor ICC obtuvieron un mayor ICD e IDD y un mayor porcentaje de adecuación de micronutrientes ($p<0,001$). Conclusiones: el presente estudio encontró que una mayor ICC se asoció a mejores indicadores antropométricos y dietéticos, por lo establecer políticas públicas relacionadas con el consumo de carbohidratos podría disminuir la prevalencia de ECNT a nivel nacional.

Palabras clave: carbohidratos dietéticos, índice glicémico, fibra dietética, granos enteros, ingesta dietética.

024 EVALUACIÓN DE LA CALIDAD DE LOS MATERIALES DE COMUNICACIÓN UTILIZADOS POR PROGRAMAS NACIONALES Y ESTATALES PARA FOMENTAR LAS PRÁCTICAS ÓPTIMAS DE ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA EN MÉXICO

Mgtr. Jesús Giovanni Pérez Cortés¹, Dr. Maritza Alejandra Amaya Castellanos¹, Mgtr. Eira Huerta Ávila¹, Mgtr. Tania Minerva Santiago Angelino¹, Mgtr. Adriana Alejandra Sánchez Sánchez¹, Dr. Enrique Ríos Espinosa², Dr. Ivonne Ramírez Silva¹
¹Instituto Nacional de Salud Pública, Morelos, México, ²Vitamin Angels México, Ciudad de México, México.

Antecedentes: México tiene un bajo cumplimiento a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud respecto a las prácticas de alimentación complementaria (AC). Para mejorarlas a nivel poblacional, se recomienda diseñar estrategias de comunicación basadas en el modelo de Cambio Social del Comportamiento (CSC) que consideren los 10 principios e integre materiales educativos con este enfoque. Objetivo: Evaluar la calidad de los materiales de comunicación utilizados (de 2012 a 2022) por programas de instituciones nacionales y estatales para fomentar prácticas óptimas de AC en México. Métodos: Se analizó el material compartido por instituciones/ organismos que implementan acciones de fomento para prácticas óptimas de AC. La calidad de los materiales fue valorada usando dos instrumentos de verificación desarrollados por expertos en comunicación del Centro Johns Hopkins. Los cuales fueron adaptados para población mexicana y al tema de AC, considerando los 10 principios de orientación para la AC (OPS/OMS) y las Guías alimentarias para niños(as) de 0-24 meses. Cualificando el material en tres categorías: requiere cambios importantes (<8 puntos), requiere cambios menores (de 9-12 puntos) o, era un buen material (>13 puntos). Resultados: Se evaluaron 77 materiales provistos por seis dependencias de gobierno y por una organización no gubernamental. Ningún material con uso vigente está basado en el modelo del CSC. Sólo el 6.5% fue buen material, sólo 2 rotafolios incluyeron información de todos los principios de AC. El 77.9% de todos los materiales requiere cambios importantes.

Conclusiones: No existen materiales de comunicación con calidad adecuada para fomentar prácticas óptimas de AC en población mexicana. Se requiere diseñar materiales basados en el modelo CSC y los 10 principios de AC.

Palabras clave: alimentación complementaria, materiales de comunicación, México.

